प्रदेश स्वराज
www.pradeshswaraaj.com
28 Feb 2025 - Page 3

नेपा लिमिटेड ने आयोजित की परीक्षा कार्यशाला

विद्यार्थियों को तनाव मुक्त रहने और अनुशासित दिनचर्या अपनाने की सलाह

प्रदेश स्वराज ▶ सतीश चौहान
98263 46902

बुरहानपुर, नेपा लिमिटेड के तहत ठाकुर वीरेंद्र सिंह मेमोरियल स्कूल में 'परीक्षा पर चर्चा' कार्यक्रम का आयोजन किया गया। यह कार्यशाला नेपा मिल के सीएमडी राकेश कुमार चोखानी के मार्गदर्शन में मंगलवार को संपन्न हुई। कार्यक्रम में प्रसिद्ध मोटिवेशनल स्पीकर और करियर काउंसलर अजय सिंह मौर्य ने विद्यार्थियों को परीक्षा संबंधी तनाव से निपटने और आत्मविश्वास बढ़ाने के प्रभावी उपाय सुझाए। अजय सिंह मौर्य ने कहा कि परीक्षा का भय और तनाव विद्यार्थियों के प्रदर्शन को प्रभावित करता है। उन्होंने विद्यार्थियों को अनुशासित दिनचर्या अपनाने, ध्यान (मेडिटेशन) करने और स्मार्टफोन व इंटरनेट का संतुलित उपयोग करने की सलाह दी। कार्यशाला में प्रबंधक (कार्मिक) महेंद्र केसरी ने अभिभावकों को संबोधित करते हुए कहा कि हर बच्चे की क्षमता अलग होती है, इसलिए उनकी तुलना दूसरों से न करें। उन्होंने अभिभावकों से आग्रह किया कि वे बच्चों को तनाव मुक्त माहौल प्रदान करें ताकि वे बिना दबाव के अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन कर सकें। पीआरओ संदीप ठाकरे ने बताया कि यह कार्यक्रम प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की 2018 में शुरू की गई 'परीक्षा पर चर्चा' पहल का हिस्सा है, जो हर साल आयोजित किया जाता है। इस कार्यशाला का आयोजन प्राचार्य शुभांगी यशवंत पाटिल के समन्वय में किया गया, जिसमें विद्यार्थियों, शिक्षकों और अभिभावकों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को परीक्षा के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाने और तनाव मुक्त रहते हुए बेहतर प्रदर्शन करने के लिए प्रेरित करना था।

स्वदेश

खंडवा - मुख्य संस्करण

Date 26 Feb 2025

नेपा मिल की ओर से परीक्षा पे चर्चा कार्यशाला आयोजित

निजी स्कूल में मोटिवेशनल स्पीकर ने बच्चों को दिए टिप्स

स्वदेश समाचार ■ नेपानगर

भारत सरकार के दिशा-निर्देशन और नेपा मिल सीएमडी राकेश कुमार चोखानी के मार्गदर्शन में भारी उद्योग मंत्रालय भारत सरकार के उपक्रम नेपा लिमिटेड द्वारा मंगलवार को ठाकुर वीरेंद्र सिंह मेमोरियल स्कूल में तनाव मुक्त परीक्षा को लेकर परीक्षा पे चर्चा विषय पर एक संवादात्मक कार्यशाला आयोजित की गई। कार्यशाला में मुख्य वक्ता जिले के विख्यात मोटिवेशनल स्पीकर और करियर काउंसलर अजय सिंह मौर्य ने परीक्षाओं की तैयारी कर रहे शालेय छात्र-छात्राओं को मार्गदर्शन देते हुए कहा कि, परीक्षा से संबंधित भय, चिंता और दबाव विद्यार्थियों के तनाव को बढ़ाता है। परीक्षा संबंधी बहुत अधिक तनाव जो विद्यार्थी अपने ऊपर डाल लेते हैं या सामाजिक अपेक्षाओं के कारण वह जिस तनाव का अनुभव करते हैं उसका सामना ना कर पाने के कारण विद्यार्थी गलत आदतों में पड़ जाते हैं जिसका उनके ऊपर एक प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है, जो लंबे समय तक रहता है। कार्यशाला का संचालन जनसंपर्क अधिकारी संदीप ठाकरे ने किया। आभार पुरुषोत्तम पवार ने माना।

दैनिक भास्कर

बुरहानपुर 26-02-2025

आयोजन • निजी स्कूल में नेपा मिल की ओर से कराई कार्यशाला, परीक्षा पर चर्चा की

परीक्षा का भय बढ़ाता है विद्यार्थियों का तनाव

भास्कर संवाददाता | नेपानगर

भारत सरकार के दिशा-निर्देशन और नेपा मिल सीएमडी राकेश कुमार चोखानी के मार्गदर्शन में भारी उद्योग मंत्रालय भारत सरकार के उपक्रम नेपा लिमिटेड द्वारा मंगलवार को ठाकुर वीरेंद्र सिंह मेमोरियल स्कूल में तनाव मुक्त परीक्षा को लेकर परीक्षा पे चर्चा विषय पर एक संवादात्मक कार्यशाला कराई गई। मुख्य वक्ता जिले के ख्यात मोटिवेशनल स्पीकर और कॅरियर काउंसलर अजय सिंह मौर्य ने परीक्षा की तैयारी कर रहे छात्र-छात्राओं को मार्गदर्शन दिया। उन्होंने कहा- परीक्षा से संबंधित भय, चिंता और दबाव विद्यार्थियों के तनाव को बढ़ाता है। मौर्य ने कहा- परीक्षा संबंधी बहुत अधिक तनाव विद्यार्थी अपने ऊपर डाल लेते हैं या सामाजिक अपेक्षाओं के कारण जिस तनाव का अनुभव करते हैं, उसका सामना नहीं कर पाने के कारण विद्यार्थी गलत आदतों में पड़ जाते हैं। इसका उनके ऊपर प्रतिकूल असर पड़ सकता है, जो लंबे समय तक रहता है। आगे चलकर उनके तनाव को और भी अधिक बढ़ा देता है। इससे निपटने के लिए जीवन में अनुशासन और अच्छी तैयारी के साथ नियमित दिनचर्या आवश्यक है। नियमित दिनचर्या से मन और शरीर स्वस्थ रहते हैं। इससे परीक्षा की तैयारी में मदद मिलती है। उन्होंने विद्यार्थियों को ध्यान करने की सलाह दी। इससे एकाग्रता बढ़ती है और तनाव कम होता है। उन्होंने कहा आधुनिक तकनीक का सही उपयोग करना सीखना चाहिए।

दूसरों से नहीं करें अपने बच्चों की तुलना

प्रबंधक कार्मिक व प्रशासन महेंद्र केशरी ने कहा माता-पिता को अपने बच्चों की तुलना दूसरों से नहीं करनी चाहिए। हर बच्चे की अपनी क्षमता होती है और उसे पहचान कर आगे बढ़ाने की जरूरत है, ताकि हर बच्चा तनावमुक्त होकर बिना किसी भय या दबाव के परीक्षा में अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन कर सकें। कार्यशाला में मिली मौर्य द्वारा उपस्थित छात्र-छात्राओं को परीक्षा के तनाव और लक्ष्य को लेकर उत्पन्न जिज्ञासाओं का समाधान किया। जनसंपर्क अधिकारी संदीप ठाकरे ने बताया परीक्षा को भय और तनावमुक्त बनाने के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के संकल्प परीक्षा पे चर्चा वर्ष 2018 से हर साल होने वाला वार्षिक कार्यक्रम है। इसके माध्यम से विद्यार्थियों, शिक्षकों और अभिभावकों से बात की जाती है। बोर्ड और प्रवेश परीक्षाओं को तनावमुक्त और सहज तरीके से कैसे हल किया जाए, इस पर चर्चा होती है। इसी उद्देश्य को लेकर प्राचार्य शुभांगी यशवंत पाटिल के साथ समन्वय कर कार्यशाला कराई गई। आभार पुरुषोत्तम पवार ने माना। इस दौरान मनीष सारवे, रजनी अशोक कुमार, जयश्री चौधरी, रेणुका नायके, अंजली ग्वालानी, आयुषी मतलाने, खुशबू सावले, राहुल कृष्णा, मनोज पवार, मनोज प्रजापति सहित अन्य शिक्षक मौजूद थे।

परीक्षा पे चर्चा कार्यक्रम के दौरान उपस्थित विद्यार्थी व अन्य।

तनाव मुक्त परीक्षा विषय पर विद्यार्थियों से संवाद कार्यशाला का हुआ आयोजन

रिपोर्ट - नेहा चौकसे

भारत सरकार के दिशा निर्देशन और सीएमडी राकेश कुमार चोखानी के मार्गदर्शन में भारी उद्योग मंत्रालय, भारत सरकार के उपक्रम नेपा लिमिटेड द्वारा मंगलवार को ठाकुर वीरेंद्र सिंह मेमोरियल स्कूल में तनाव मुक्त परीक्षा को लेकर परीक्षा पे चर्चा विषय पर एक संवादात्मक कार्यशाला आयोजित की गई। कार्यशाला का अतिथियों द्वारा दीप प्रज्जवलन और सरस्वती पूजन के साथ शुभारंभ किया गया। कार्यशाला में मुख्य वक्ता जिले के विख्यात मोटिवेशनल स्पीकर और करियर काउंसलर अजय सिंह मौर्य द्वारा परीक्षाओं की तैयारी कर रहे शालेय छात्र छात्राओं को मार्गदर्शन देते हुए कहा कि परीक्षा से संबंधित भय,चिंता और दबाव विद्यार्थियों के तनाव को बढ़ाता है। परीक्षा संबंधी बहुत अधिक तनाव,जो विद्यार्थी अपने ऊपर डाल लेते हैं या सामाजिक अपेक्षाओं के कारण वह जिस तनाव का अनुभव करते है,उसका

सामना ना कर पाने के कारण विद्यार्थी प्रायः गलत आदतों में पड़ जाते हैं, जिसका उनके ऊपर एक प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है,जो लंबे समय तक रहता है,जो आगे चलकर उनके तनाव को और भी अधिक बढ़ा देता है। इससे निपटने के लिए जीवन में अनुशासन और अच्छी तैयारी के साथ नियमित दिनचर्या आवश्यक है। नियमित दिनचर्या से मन और शरीर दोनों स्वस्थ रहते है, जिससे परीक्षा की तैयारी में मदद मिलती है। उन्होंने विद्यार्थियों को ध्यान करने की सलाह दी, जिससे एकाग्रता बढ़ती है और तनाव कम होता है। उन्होंने कहा कि आधुनिक तकनीक का सही उपयोग करना सीखना चाहिए। स्मार्टफोन और इंटरनेट से केवल मनोरंजन के बजाय ज्ञान प्राप्त करने पर ध्यान देना चाहिए। मौर्य ने आगे कहा कि वे अपना दिन व्यवस्थित करें और पढ़ाई के साथ-साथ खेल और अन्य गतिविधियों के लिए भी समय निकालें। उन्होंने छात्रों से परीक्षा को उत्सव की तरह लेने की अपील की, ताकि वे दबाव महसूस न करें। वे केवल परीक्षा उत्तीर्ण करने को लक्ष्य न माने अपितु, सफलता हेतु कड़ा परिश्रम करे। सफलता का अर्थ केवल अच्छी नौकरी, व्यवसाय, अच्छी आय, कार या खुद के लिए बड़ा मकान नहीं है बल्कि, आपने कितने लोगों को कामयाब किया या कामयाबी के लिए प्रभावित किया यह होता है।

प्रबंधक कार्मिक एवं प्रशासन महेंद्र केशरी ने कहा कि माता-पिता को अपने बच्चों की तुलना दूसरों से नहीं करनी चाहिए। हर बच्चे की अपनी क्षमता होती है और उसे पहचानकर आगे बढ़ाने की जरूरत है। ताकि हर बच्चा तनावमुक्त होकर बिना किसी भय या दबाव के परीक्षा में अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन कर सके। कार्यशाला में मिली मौर्य द्वारा उपस्थित छात्र छात्राओं की परीक्षाओं के तनाव और लक्ष्य को लेकर उत्पन्न जिज्ञासाओं को शांत किया गया।

जन संपर्क अधिकारी संदीप ठाकरे ने बताया कि परीक्षाओं को भयमुक्त और तनावमुक्त बनाने के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के संकल्प «परीक्षा पे चर्चा» वर्ष 2018 से हर साल आयोजित होने वाला एक वार्षिक कार्यक्रम है। इस कार्यक्रम के माध्यम से विद्यार्थियों, शिक्षकों और अभिभावकों से बातचीत की जाती है तथा बोर्ड और प्रवेश परीक्षाओं को तनावमुक्त और सहज तरीके से कैसे हल किया जाए, इस पर चर्चा की जाती है। भारत सरकार के उपक्रम नेपा लिमिटेड द्वारा इसी तारतम्य में प्राचार्या शुभांगी यशवंत पाटिल के साथ समन्वय कर नगर के शालेय विद्यार्थियों के साथ एक संवादात्मक कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला की समाप्ति पर सभी बच्चों को परीक्षाओं में सफलता हेतु शुभकामनाओं स्वरूप मुंह भी मीठा करवाया गया। कार्यक्रम का संचालन जन संपर्क अधिकारी संदीप ठाकरे ने किया तथा आभार पुरुषोत्तम पवार ने माना। इस दौरान मनीष सारवे, रजनी अशोक कुमार, जयश्री चौधरी, रेणुका नायके, अंजली ग्वालानी, आयुषी मतलाने, खुशबू सावले, राहुल कृष्णा, मनोज पवार, मनोज प्रजापति सहित बड़ी संख्या में शिक्षक और छात्र छात्राएं मौजूद रहे।

वन मंडल अधिकारी व उप वनमंडल अधिकारी के निर्देशन में अवैद रूप से लकड़ी का परिवहन करते हुए एक आवशर वाहन को जप्त कर निम्न अनुसार कार्रवाई की गई

रिपोर्ट - शंकर लाल माह

सरदारपुर लावरिया। वन मंडल अधिकारी महोदय श्री अशोक सोलंकी धार एवं उपवनमंडल अधिकारी अधिकारी श्री संतोष कुमार रनशोरे सरदारपुर के निर्देशन मे उवम स्तरीय उड़नदस्ता दल के सदस्यों द्वारा अवैध रूप से लकड़ी का परिवहन करते हुए एक आइसर वाहन को गत रात्रि तिरला मांगेद के बीच इंदौर अहमदाबाद हाईवे से जप्त कर नियमानुसार कार्यवाही की जा रही है। वाहन चालक से पूछताछ करने पर बताया गया की उक्त लकड़ी भोपाल से लाई जा रही है। वन परीक्षेत्र अधिकारी सरदारपुर शैलेन्द्र सोलंकी द्वारा बताया गया की लकड़ी पाईन वृक्ष की है एवं लकड़ी की नापतोल की गई एवं अनुमानित कीमत 1,50,000/- के लगभग है। जप्त आईसर की अनुमानित कीमत 12,00,000/- के लगभग है।

प्रकरण मे विस्तृत जाँच जारी है। सक्रियता से कार्यवाही करने वाले कुल 04 वन रक्षक श्री प्रताप गोयल, श्री राकेश दामके एवं वन परीक्षेत्र टांड का स्टाफ श्री वसीम काजी एवं श्री भंवरलाल परमार उपस्थित रहे।

बच्चे की दूसरों से तुलना नहीं करनी चाहिए

परीक्षा पर चर्चा कार्यशाला के दौरान उपस्थित नेपा मिल के अधिकारी व अतिथि। ● नईदुनिया

नईदुनिया न्यूज, नेपानगर। नेपा लिमिटेड के सीएमडी राकेश चोखानी के मार्गदर्शन में मंगलवार को वीरेंद्र सिंह स्कूल में तनाव मुक्त परीक्षा को लेकर परीक्षा पर चर्चा संवाद कार्यशाला की गई। जिले के मोटिवेशनल स्पीकर और करियर काउंसलर अजय सिंह मौर्य ने छात्रों को मार्गदर्शन देते हुए कहा कि परीक्षा को लेकर भय, चिंता और दबाव विद्यार्थियों के तनाव को बढ़ाता है। सामाजिक अपेक्षाओं के कारण वह जिस तनाव का अनुभव करते हैं उसका सामना न कर पाने के कारण विद्यार्थी गलत आदतों में पड़ जाते हैं। जिससे उन पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है। इससे निपटने के लिए जीवन में अनुशासन और अच्छी तैयारी के साथ नियमित दिनचर्या आवश्यक है। जिससे परीक्षा की तैयारी में मदद मिलती है। मिल के प्रबंधक कार्मिक एवं प्रशासन महेंद्र केसरी ने कहा कि माता-पिता को अपने बच्चों की तुलना दूसरों से नहीं करनी चाहिए। हर बच्चे की अपनी क्षमता होती है। उसे पहचानकर आगे बढ़ाने की जरूरत है। जिससे हर बच्चा तनाव मुक्त होकर बिना किसी भय के परीक्षा में अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन कर सके।

पढ़ाई के साथ खेल और अन्य गतिविधियां करें: अजय मौर्य ने विद्यार्थियों को ध्यान करने की सलाह दी। साथ ही आधुनिक तकनीक का सही उपयोग करने की बात कही। स्मार्टफोन और इंटरनेट से केवल मनोरंजन के बजाय ज्ञान प्राप्त करने पर ध्यान देना चाहिए। जनसंपर्क अधिकारी संदीप ठाकरे ने बताया कि परीक्षा को भयमुक्त और तनाव मुक्त बनाने के प्रधानमंत्री के संकल्प को पूरा करने के लिए इस तरह के कार्यक्रम किए जा रहे हैं। इस दौरान प्राचार्या शुभांगी पाटिल, मनीष सारवे, रजनी, जयश्री चौधरी, रेणुका नायके, अंजली ग्वालानी, आयुषी मतलाने आदि मौजूद थीं।